

(様式3)

令和7年度 かながわ学校給食地場産物利用促進運動実施報告書

献立名	チキンピラフ 牛乳 ワカサギのマリネ きのことたまごのスープ
使用した地場産食材	米 牛乳 わかさぎ
<ul style="list-style-type: none"> ・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等) ・授業・学校行事・講演等(実施内容、活動方法、対象、連携の有無(有りの場合は主な関係機関・団体名も)等) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・献立表に記載 ・学校ホームページにて地場産物の紹介 ・給食時の食育放送で地場産物の紹介 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①にんじんは千切り、玉ねぎ・ピーマン・パプリカはスライスする。
- ②調味液で①を煮る。
- ③ワカサギに片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ④③に②をかけて配食する。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんばく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
わかさぎ	25	18	3.6	0.4	113	6	0.2	0.5	25	0	0.04	0	0	0.1
油	4	35	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんじん	8	3	0.1	0	2	1	0	0	58	0.01	0	0	0.2	0
たまねぎ	25	8	0.3	0	4	22	0.1	0.1	0	0.01	0	2	0.4	0
ピーマン	5	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	8	0.1	0
パプリカ	10	2	0.1	0	1	1	0	0	3	0	0	8	0.2	0
穀物酢	1.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三温糖	2.5	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
こいくちしょうゆ	4	3	0.3	0	1	3	0.1	0	0	0	0	0	0	0.6
水分	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
片栗粉	6	20	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
油(揚げ油)	5	44	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		145	4.4	9.4	122	34	0.4	0.6	87	0	0	18	0.9	0.7